**Уважаемые наши родители!**

**Это обращение направлено к Вам!**

**Прочтите пожалуйста, это очень важно знать и принять необходимые меры!**

**Впереди первые дни наступающей весны!**

**Это время наступления праздников, будущих каникул. Но также это время наступления авитаминозов, перепадов настроения, утомления от долгих морозов и зимних метелей. Продолжительное обучение в дистанционном формате, отсутствие общения со сверстниками и нахождение долгое время в домашних условиях не могут не сказаться на уровне эмоционального настроения НАШИХ детей.**

**За последнее время была замечена активизация деструктивных сайтов в интернет пространстве! Это связано как суицидальными социальными сайтами, так и с распространением психоактивных веществ!**

**Так как НАШИ дети имеют свободный доступ к интернет ресурсам, Вам необходимо знать:**

**Опасность в Интернете больше, чем кажется. Дети могут не понимать последствий своих действий, могут считать развлечением то, что приводит к катастрофическим последствиям, поэтому в ближайшие выходные найдите свободное время, расположите своего ребенка к конструктивной беседе и поговорите:**

 **1. Поговорите со своими детьми об опасности онлайн-игр и сетевых сообществ.**

**2.Напомните детям о важных правилах пользования Интернетом и социальными сетями: не общаться с незнакомцами; не повторять действия, которые предлагаются в сети.**

**3. Объясните, что "развлечения" онлайн несут опасные, а порой — необратимые последствия в реальной жизни!**

**Если ребенок пользуется сетью, зарегистрирован в социальных сетях, его родителям важно придерживаться таких правил:**

1. **Обратите внимание на страницу ребенка: на псевдоним, аватарку (главную фотографию профиля), открытость или закрытость аккаунта, группы, в которых состоит подросток или ребенок, а также на то, чем наполнена страница: видеозаписи, фотографии и друзья. Если профиль страницы закрыт даже от вас, постарайтесь аккуратно выяснить, по какой причине.**
2. **Независимо от возраста ребенка используйте программное обеспечение, помогающее фильтровать и контролировать информацию, но не полагайтесь полностью на него. Ваше внимание – главный метод защиты.**
3. **Проверьте, с какими другими сайтами связан социальный сервис Вашего ребенка. Странички Вашего ребенка могут быть безопасными, но могут и содержать ссылки на опасные или нежелательные сайты.**
4. **Поощряйте Ваших детей сообщать обо всем странном или отталкивающем и не слишком остро реагируйте, когда они это делают (из-за опасения потерять доступ к Интернету дети не говорят родителям о проблемах, а также могут начать использовать Интернет втайне от родителей, например, по ночам.)**
5. **Будьте в курсе сетевой жизни Вашего ребенка. Интересуйтесь, кто их друзья в сети, так же, как интересуетесь реальными друзьями.**
6. **Постарайтесь оградить свое чадо от подобных новостей о суициде. Ни в коем случае не называйте название различных препаратов! Расскажите об опасности передозировки и об уголовной ответственности, которая грозит человеку, склоняющему к различным действиям против личности ребенка!**

**Берегите себя и своих детей!
Будьте бдительны!**